

16.03.2026

Составлен на основании
тех. карты и справочника
пищевой ценности
продукта

Ресторан «ВЕРШИНА СЧАСТЬЯ»

№	Наименование блюда	Выход блюда, кг.	Жиры, г.	Белки, г.	Углево- ды, г.	Калорий- ность, ккал.	Жиры, г.	Белки, г.	Углево- ды, г.	Калорий- ность, ккал.	Состав блюда
			Содержание в 100 г. блюда				Содержание в 1 порц. блюда				
Рыба и морепродукты											
1	Дорадо на гриле	0,33	17	18	1	230	22	60	3,5	759	Дорадо, соль пищевая, укроп/петрушка, лимоны. Соус базиликовый:базилик, масло растительное,лимон, чеснок.
2	Креветки на гриле	0,22	19	12	1,5	230	42	27	3,5	506	Креветки , Маринад для креветок:, чеснок , перец чили свежий, масло растительное , лимоны , соль пищевая, перец черный молотый, чеснок. , Смазывается маслом сливочным,Подается: , с лимоном,Соус Песто без орехов:, базилик , масло растительное, сыр пармезан, лимон, соль пищевая, чеснок , укроп/петрушка
3	Стейк из лосося	0,23	14	18	13	250	32	41	30	575	Филе лосося, соль пищевая, перец черный молотый, смазывают маслом сливочным.Соус Наршараб Подается:, зерна граната лимон

4	Креветки на кецы с соусом Чкмерули	0,23	24	9	1	250	54	21	2	575	Креветки,масло растительное, соль, перец молотый, укроп, петрушка, кинза, Соус пряный из чеснока: чеснок, соль, кинза,сливки, молоко.Чили масло:масло растительное, чили хлопья,бадьян, корица, перец чили свежий, чеснок, лук репчатый, масло кунжутное, томатная паста, лемонграс. Украшаем кинзой
5	Котлеты из щуки с картофелем	0,27	28	8	8,5	320	75	21	2,5	864	Котлетки из щуки :, щука филе, лук репчатый, соль пищевая, перец черный молотый, сливки , яйцо куриное, масло растительное,Гарнир:,картофель. Соус пряный из чеснока: чеснок,кинза,сливки,молоко.Масло из кинзы и петрушки:соль пищевая, укроп/петрушка, кинза , масло растительное, соль пищевая.Масло Чили: масло растительное, перец чили хлопья, бадьян, корица, чили свежий, чеснок,лук репчатый, масло кунжутное, томатная паста, лемонграс. Кинза
6	Лосось и судак с картофелем на кецы	0,32	9,5	10	7,5	160	30	33	24	500	Лосось,судак, картофель отварной, Рыбный бульон: лук репчатый, кости рыбные. Соус Бешамель: мука, масло сливочное, масло растительное, молоко, сливки. Шпинат свежий сыр сулугуни. Лук зеленый

